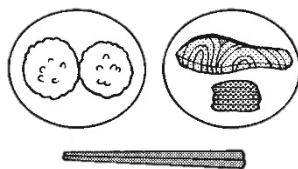


# 食育通信 1月号

## 1月24～30日は 全国学校給食週間です

令和5年1月発行  
柏市立富勢中学校



給食は、おにぎり、塩鮭、  
菜の花の漬け物から始まりました。

栄養を取るだけでなく、食育的な役割を担う学校給食ですが、もともとは、明治22年、山形県の忠愛小学校で始まりました。その後、戦争で中断されましたが、子供たちの栄養状態を良くするために、アメリカやララ（アジア救済公認団体）の援助を受けて、昭和21年12月24日から再開しました。再開した12月24日を「学校給食感謝の日」としましたが、冬休みと重ならないように、一か月後の1月24～30日を全国学校給食週間と制定し、全国の学校給食ではこの一週間に様々な食育に取り組んでいます。

富勢中では「郷土料理・世界の料理」をテーマに一週間の献立を実施します。合わせて、食品ロス削減の取り組みとして、残菜・残乳0週間を行います。給食を無駄なくいただくとともに、生活の土台となる食事について、改めて考える一週間にしてくれると嬉しいです。

## 残菜・残乳0週間

まだ食べられるのに捨てられていく食品を食品ロスと言います。日本では、年間522万tの食品ロスがあります（令和2年度統計結果より）。これは、飢餓に苦しむ人々に向けた世界の食料支援量（2020年で年間約420万t）の約1.25倍に相当します。

給食の食べ残しも、食品ロスです。2学期の富勢中学校の残菜・残乳は、全部で1348キロでした。「自分一人ぐらい残しても、大した量じゃないし……」と考えることなく、一人一人が取り組んでいくことが大切です。



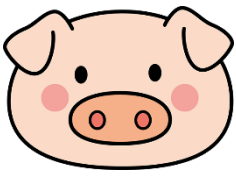
### ルール

- ①各クラスで、完食を目指す。
- ②残菜、残乳が無かった回数をそれぞれ数える。  
最も完食の%が高かったクラスが1位です。
- ③欠席者が多い日は不利なため、全員分かった後もトレーが4枚以上残った日は原則不参加です。ただし、「それでも食べられる！」という場合は参加OK！  
各学年の1位のクラスは、おかわり権ゲット！ 2月の給食の中で、好きな給食を1回だけ増やします。

### 注意！

- 食べられる人だけが大量に食べる？
- 苦手なものを全くよそわずに、好き嫌いのない人に押し付ける？
- 食べきれなかった子を責める？
- 時間を守らず昼休みまで食べる？  
沢山食べてほしいけれど、こういった方法での完食は望みません。食事の大切さを見直すことが目的です。

## 郷土料理・世界の料理紹介

24日（火） 千葉料理 「鶏雑炊」 	ごぼうなどの冬の根菜と鶏団子の汁物で、米は入りません。正月や冠婚葬祭などのハレの日、集会や祭りなどの人寄せに食される郷土料理です。昔はどの農家でもニワトリを飼っていたことから、家庭食としても食べられました。また、「とっどせ」とも呼ばれます。 今回の給食では使っていませんが、もともとのレシピでは、食料を無駄なく食べるために、骨を細かく砕いて鶏団子に混ぜ込みます。
25日（水） アメリカ料理 「クラムチャウダー」 	クラム（Clam）は二枚貝、チャウダー（Chowder）は、もともとはフランス語の「大鍋」で、煮込み料理を示します。 牛乳を入れた白いスープのイメージが強いですが、アメリカでは、トマト味や、澄んだ魚介のスープもあります。日本のみそ汁のように、家によって味が変わるようです。
26日（木） 沖縄料理 「シンジューシー」 	名前から、どんな料理？ と思った方も多いのではないのでしょうか。豚肉の混ぜご飯です。沖縄の方言で、「シン」は「肉」、「ジューシー」は「炊き込みご飯」という意味です。 沖縄では、豚肉料理が発展しています。「鳴き声以外は全て食べられる」と言われるほどで、沖縄に行くと、ソーキそばに骨ごと煮込んだ塊肉が入っていたり、市場には「チラガー（豚の顔の皮）」や「ミミガー（耳の皮）」が売られていたりします。市場には地域の特色が出るので、楽しいですよ。
27日（金） 秋田料理 「はたはたの唐揚げ」	はたはたは秋田県の県魚です。日本海側でよく獲れる、冬が旬の淡白な小魚です。 名前の由来は諸説ありますが、雷と結びつける説が多いです。「はたはた」とは、昔の擬音で、雷の音です。今で言う「ゴロゴロ」のようなものではないでしょうか。雷の多い時期に獲れるので、この名前が付いたそうです。 唐揚げにするので、おつまみ感覚でどうぞ！
30日（月） フランス料理 「ポトフ」	ポトフは、フランスの代表的な家庭料理です。フランス語で「pot-au-feu」と書きます。「pot」は鍋、「feu」は火を意味し、和訳すると「火の鍋」です。 家によってレシピは違いますが、主に玉ねぎ、にんじんなどの香味野菜と、塊の肉を使うことが多いです。 大きめな、ごろごろとした食べ応えをお楽しみください。

